PROGRAMMATION LOISIRS AUTOMNE 2015

Photo : Mélanie Côté

Mot du Maire

Chères concitoyennes,
Chers concitoyens,

L'été tire bientôt à sa fin et j'espère que vous avez profité pleinement de la saison estivale. Afin de vous divertir durant la période automnale, nous vous invitons à vous inscrire aux différentes activités de la programmation des loisirs qui se trouve ci-après. Vous constaterez que la Ville de Neuville et ses partenaires vous proposent cet automne un vaste choix d'activités.

Vous remarquerez sans doute que le Centre Maurice-Côté ne sera plus utilisé comme salle de loisirs cet automne. À la suite de l'analyse réalisée par les membres du conseil municipal, il a été conclu que le Centre Maurice-Côté ne permettait pas de répondre adéquatement aux différentes activités qui s'y déroulaient. Dans ce contexte, il a été décidé de retirer le Centre Maurice-côté comme salle de loisirs.

Évidemment, cette décision occasionnera le déplacement de certains cours dans d'autres locaux sur le territoire de Neuville. Nous sommes convaincus que ces changements seront bénéfiques pour l'ensemble des utilisateurs. Tous auront accès à des locaux propices à la réalisation de leurs loisirs et ce, dans un environnement convenable, convivial et optimal.

Je vous invite à participer en grand nombre aux activités qui vous sont proposées cet automne.

Bernard Gaudreau
Maire

Mot du directeur des loisirs

Chères Neuvilloises,
Chers Neuvillois,

Le Service des loisirs vous propose une gamme de cours de qualité et diversifié pour cet automne, qui, nous l'espérons, répondra à vos besoins. Notre offre de services a été encore une fois bonifiée cet automne.

Nous vous invitons à vous inscrire en grand nombre et à participer aux activités offertes afin d'en profit au maximum.

André Roy
Directeur des loisirs

Période d'inscription: du 18 août au 28 août 2015

Les places sont limitées dans certains cours, la règle du **"premier arrivé, premier inscrit"** prévaut. Les personnes qui désirent s'inscrire peuvent le faire en suivant les modalités d'inscription; **il existe 3 façons de le faire**. Pour de plus amples informations sur cette session, communiquez avec le **Service des loisirs** au 418-876-2280.

Procédures d'inscription

Inscription par la poste: Faites parvenir votre fiche d'inscription au Service des loisirs de Neuville, 230 rue du Père-Rhéaume, Neuville (Qc) G0A 2R0, durant la période d'inscription.

Inscription au bureau municipal: Durant la période d'inscription, vous pouvez vous présenter à l'hôtel de ville aux heures de bureau, soit de 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00. L'adresse est le 230 rue du Père-Rhéaume. En dehors de ces heures, il est possible de déposer votre inscription dans la trappe courrier située à l'entrée principale.

Inscription en ligne: Inscrivez-vous en ligne durant la période d'inscription au *www.ville.neuville.qc.ca*, *Citoyens*, *Service des Loisirs*, *Inscription en ligne*. Vous serez redirigé vers une application Web sécurisée externe à notre site. Lorsque votre inscription sera complétée, **vous devez nous faire parvenir votre paiement dans un délai de 3 JOURS.**

N.B. Aucune inscription ne peut se faire par téléphone.

Mode de paiement

Il est possible de payer soit en argent, par paiement direct, par paiement Accès-D Desjardins et autres institutions financières, ou par chèque libellé à l'ordre de : **Ville de Neuville** en date du 28 août 2015. Pour une inscription de 100$ et plus, il sera possible de faire deux versements. La première moitié des frais d'inscriptions doit être acquittée le jour de l'inscription et la seconde moitié avec un chèque postdaté d'au plus trois semaines (soit le 18 septembre 2015). Tous les tarifs indiqués incluent la T.P.S. et la T.V.Q. lorsqu'elles s'appliquent.

Les personnes **non-résidents** de Neuville devront **débourser 50% de plus** pour chacune des activités à laquelle elles s'inscriront. De plus, **les avantages de la politique de tarification normalisée ne sont pas applicables aux non-résidents**.

Pour les inscriptions en retard, soit **après le 28 août 2015**, des frais de **15 $ par famille** seront ajoutés automatiquement à la tarification établie.

Confirmation de cours

Si vous ne recevez pas d'appel avant le début de votre cours, C'EST QU'IL EST CONFIRMÉ. Vous vous présentez donc comme prévu à la date et à l'heure inscrites à l'intérieur de la programmation.

Remboursement

Aucun remboursement d'inscription n'est autorisé après le début des activités sauf **pour des raisons majeures**. De plus, **la demande de remboursement doit se faire par écrit**. Si tel est le cas, le coût de l'activité est remboursé en totalité ou au prorata des périodes non utilisées. À noter que lors d'un remboursement **des frais d'administration de 5 $ sont retenus.**

Insuffisance d'inscription

Le Service des loisirs se réserve le droit d'annuler ou de modifier les activités en cas d'insuffisance d'inscription.

Politique de tarification normalisée

Grille de réductions : La grille de réductions s'applique lorsqu'une même personne résidant sur le territoire de la ville de Neuville s'inscrit à plus d'une activité, ou encore lorsque les membres d'une même famille résidant sur le territoire de la ville de Neuville s'inscrivent à des activités offertes au cours de la même session. **Il peut arriver que certains cours ne soient pas admissibles à la grille de réductions. Ceux-ci sont identifiés à cet effet s'il y a lieu.**

2 inscriptions : 15% de réduction du montant le moins élevé
3 inscriptions : 35 % de réduction du montant le moins élevé et 15% de réduction du 2e montant le moins élevé
4 inscriptions: 60% de réduction du montant le moins élevé et 35 % de réduction du 2e montant le moins élevé et 15% de réduction du 3e montant le moins élevé

Exemple :

Minibasket	50 $	rabais 35%	=	32.50 $
Soccer	60 $	rabais 15%	=	51.00 $
Sushi	75 $	aucun rabais	=	75.00 $
Total :				158.50 $

Passe familiale : Les membres d'une même famille peuvent bénéficier de la passe familiale. On entend par le terme **«famille»** au moins deux (2) personnes domiciliées à la même adresse, sur le territoire de la ville de Neuville. Le coût pour une passe familiale est établi à deux cents dollars (200 $) et donne accès à un nombre illimité d'activités offertes à la session en cours. **Il peut arriver que certains cours ne soient pas admissibles à la passe familiale. Ceux-ci sont identifiés à cet effet s'il y a lieu.**

Programme Accès-loisirs

Accès-loisirs permet aux familles et aux personnes seules qui vivent une situation de faible revenu, de suivre certains cours sélectionnés dans la session actuelle du Service des loisirs, et ce, **gratuitement**.

Pour vous inscrire, Accès-loisirs tiendra des périodes d'inscription le **mercredi 2 septembre 2015** , de **13h30** à **14h30** et de **18h30** à **19h30** à la **salle Plamondon de l'hôtel de ville**. Notez qu'une preuve de revenu ainsi qu'une preuve de résidence sont exigées et doivent être présentées au moment de l'inscription.

Pour toute information supplémentaire, vous pouvez contacter Accès-loisirs Québec au 418-657-4821 (courriel : acces-loisirs@bellnet.ca) ou le Service des loisirs au 418-876-2280.

INSCRIPTION AUTOMNE 2015

PÉRIODE D'INSCRIPTION : DU 18 AU 28 AOÛT 2015

Nom du responsable :		Date :
Adresse :	☎ maison :	☎ autre :
Courriel :		

Code d'activité	Prénom	Nom	Date naissance AA MM JJ	Coût	% Rabais	Coût net
				Total :		**$**
				Ou passe familiale :		**200.00 $**

Frais de retard de 15 $ applicables après le 28 août 2015 ☐ Argent ☐ Chèque ☐ Carte débit

ACTIVITÉS

Anglais (conversation)

Débutant

Du 21 septembre au 7 décembre (11 semaines)
(Pas de cours le lundi 12 octobre)
16 ans +

anglais-d	Lundi 13h00 à 15h00	95 $

Intermédiaire

Du 23 septembre au 9 décembre (12 semaines)
16 ans +

anglais-i	Mercredi 9h00 à 11h00	105 $

Au presbytère
Spécialiste : Leesa Purdy
Minimum 8 personnes, maximum : 12 personnes.

Vous avez des connaissances initiales en anglais et aimeriez rafraîchir votre anglais en pratiquant des conversations de base pouvant vous être utiles en voyage ou pour le travail? Ce cours est pour vous! L'emphase est mise sur la conversation et l'interaction afin de permettre de ramener en surface cet anglais que nous connaissons, mais qui est bien souvent enfoui loin dans notre mémoire.

Atelier des artistes

10 cours :
Les mardis 22 sept., 6 oct., 20 oct., 3 nov., 17 nov.
Les samedis : 3 oct., 17 oct., 31 oct., 14 nov., 28 nov.
16 ans +

artiste	Mardi 19h00-21h00 et samedi 10h00-12h00	90 $

À la salle multifonctionnelle de l'école Courval
Spécialiste : Alain Roy
Minimum 6 personnes, maximum : 10 personnes.

Ce cours consiste à un atelier pratique pour débutant ou expérimenté afin d'exercer son art, peu importe l'expérience des participants sous supervision du spécialiste. C'est une occasion d'échanger sur la réalisation de vos œuvres personnelles, de se donner des trucs ou tout simplement de revoir les bases et techniques.

Ce cours est ouvert que ce soit pour les médiums à peindre à l'huile, acrylique ou tout simplement de dessins. Ces 10 rencontres se font en alternance avec les mardis et les samedis. Matériel non compris.

Ateliers-conférences

Mardis 22 septembre, 20 octobre, 17 novembre, 8 décembre
(1 atelier de 2 heures)
18 ans +

conférence-1	22 septembre 19h00 à 21h00	30 $
conférence-2	20 octobre 19h00 à 21h00	30 $
conférence-3	17 novembre 19h00 à 21h00	30 $
conférence-4	8 décembre 19h00 à 21h00	30 $

Au presbytère
Spécialiste : Sylvie Légaré
Minimum 5 personnes, maximum 10 personnes.

Ces quatre ateliers-conférences sont un investissement en soi procurant un plus grand bien-être qui se reflétera positivement dans toutes vos relations. Animés par madame Sylvie Légaré, auteure du livre « Marketing de soi ».

22 septembre – Diriger ou animer une réunion de groupe

Les différents regroupements de personnes font partie intégrante de la vie, que ce soit entre amis, en famille, en entreprise ou avec des clients. Les réunions de groupe peuvent être amicales et sans cérémonie ou demander plus de préparation. Rien de mieux que de se préparer à l'avance pour être fin prêt(e).

20 octobre – Cérémonie du thé, vivez l'expérience

Préparer le thé en conscience et en bonne compagnie, c'est redécouvrir une connexion profonde entre nous et avec la nature. Goûter le thé, c'est goûter la pureté. La tranquillité vient de la relaxation que la cérémonie procure. L'harmonie vient de la communication que nous nous permettons entre nous et avec notre âme. Le fait de calmer notre cœur procure une vision plus claire, délivrée du chahut de la vie quotidienne.

17 novembre – Le leadership

Qui est ce vrai bon leader qu'on admire tant? Quelle est la différence entre 'autorité naturelle' et 'autoritaire'? Découvrez par vous-même un acrostiche de 10 lettres en aide-mémoire qui vous aidera à développer le leader efficace et admirable qui se cache en vous.

8 décembre – Améliorer votre relation avec l'argent

La période des fêtes approche avec son lot de dépenses…l'argent est-il chez vous un sujet tabou, de conflit, de stress ou avez-vous de la difficulté à en avoir toujours dans votre portefeuille et en réserve? Venez découvrir les motifs cachés de l'expérience unique que vous vivez par rapport à l'argent.

Ballet classique

Du 20 septembre au 6 décembre (12 semaines)
3 à 11 ans

ballet-1	3-4 ans	Dimanche 9h00 à 10h00	105 $
ballet-2	5-7 ans	Dimanche 10h00 à 11h00	105 $
ballet-3	8-11 ans	Dimanche 11h00 à 12h00	105 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Académie danse Christy
Minimum 7 personnes, maximum 20 personnes.

Ballet classique et initiation (3-4 ans) inclut des exercices de rythmique, de coordination, de découverte anatomique, de mouvements de ballet et de danse. Tenue de ballet recommandée: maillot de ballet rose, collants roses, souliers roses et cheveux noués. Pour information : Mme Christy au 418-575-0387.

Circuit cardio

Nouveau

Du 23 septembre au 9 décembre (12 semaines)
16 ans +

cardio	Mercredi 17h00 à 18h15 *	45 $

*30 minutes de cours à l'intérieur de cette plage horaire
À la salle des Fêtes
Spécialiste : Doris Bélanger
Maximum 30 personnes.

Un programme d'entraînement cardio-vasculaire et musculaire en 30 minutes. Faites votre propre horaire de 17h00 jusqu'à 18h15 (l'heure maximum pour débuter votre programme est 17h45). Brûlez les calories au rythme de notre musique entraînante afin de regagner la forme. Différentes stations vous seront proposées.

Cuisine des minis-chefs

Du 28 septembre au 30 novembre (8 semaines)
(Pas de cours le 12 octobre et le 16 novembre)
9 à 12 ans

mini-chefs	Lundi 15h30 à 17h00	175 $

Au presbytère
Spécialiste : Mélanie Martineau-Roy
Minimum : 5 personnes, maximum: 6 personnes.

Les participants sont invités à préparer des plats simples, économiques et délicieux. Ils apprendront une foule d'astuces sur la nutrition, les bonnes techniques de travail et la sécurité en cuisine. Nourriture incluse.

Mme Martineau-Roy va accueillir les élèves à la fin des classes à l'école Courval pour les amener au presbytère.

Danse celtique

Du 22 septembre au 1er décembre (11 semaines)
8 ans à adultes

celtique-1	Jeunes 8 ans +	Mardi18h30 à 19h30	125 $
celtique-2	Adultes 16 ans +	Mardi 19h30 à 20h45	155 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Denise Lacombe
Minimum 6 personnes, maximum 12 personnes.

Populaire à travers le monde, la danse celtique s'est fait connaître grâce aux grandes compagnies de danse : Lord of the Dance et Riverdance. Des musiques extraordinaires et rythmées sur des pas de danse spectaculaires! Le tap dance côtoie les pas aérobiques en souliers souples. Venez bouger et vous amuser!

C'est un exercice physique complet et très énergisant! Matériel : pantalon, jupe ou short sport, souliers souples + souliers durs : location 15$/session. Informations : 418-876-3467, lacombeclaveau @videotron.ca www.violonvert.com. École de danse Violon Vert, triple médaillée d'or aux Concours Hit The Floor mai 2014, Rock The Beat en février 2015 et Danse Encore juin 2015.

Danse funky

3 à 5 ans

Du 18 septembre au 27 novembre (8 semaines)
(Pas de cours le 25 septembre, 9 octobre, 13 novembre)

funky-1	Vendredi 9h30 à 10h30	45 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Studio Fahrenheit
Minimum 7 personnes, maximum 12 personnes.

13 ans +

Du 23 septembre au 9 décembre (12 semaines)

funky-2	Mercredi 19h00 à 20h30	100 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Studio Fahrenheit
Minimum 7 personnes, maximum 16 personnes.

Situé à mi-chemin entre le jazz et le hi-hop, le funky est une danse « pop » qui s'inspire et s'accompagne de la musique populaire actuelle. Associé souvent à la danse des vidéo-clips, le funky tire son appellation de la musique funk caractérisée par sa rythmique et ses notes de groove.

Espagnol

Du 24 septembre au 27 novembre (10 semaines)
14 ans +

espagnol-1	Débutant 1	Jeudi 18h15 à 19h45	160 $
espagnol-2	Interméd. 1	Jeudi 19h45 à 21h15	160 $
espagnol-3	Avancé	Vendredi 20h15 à 21h45	160 $

À la salle multifonctionnelle de l'école Courval
Spécialiste : Lilia Dlabra
Minimum 6 personnes, maximum 10 personnes.

Débutant 1 : Ce cours est destiné aux personnes qui n'ont jamais suivi de cours d'espagnol. On étudie le vocabulaire de base pour communiquer dans un pays hispanophone, les verbes réguliers et les différences entre le verbe « ser » et « estar ». On chante en espagnol et on apprend le vocabulaire avec des jeux et des histoires. Matériel requis : le cahier d'exercices Libro y cuaderno de ejercicios « Pensar y aprender 1 », le prix est 20 $ environ chez Archambault et autres librairies. Vous devez vous le procurer pour le premier cours.

Intermédiaire 1 : Ce cours est destiné aux personnes qui connaissent les différences entre les verbes « ser » et « estar » et qui sont capables de communiquer en espagnol. Vous devez connaître la conjugaison des verbes réguliers au présent. Dans ce cours nous allons aborder le temps « pretérito simple » et « imperfecto ». Nous allons changer en espagnol et apprendre du vocabulaire en lisant des histoires et en faisant des jeux. Matériel requis : le cahier d'exercices Libro y cuaderno de ejercicios « Pensar y aprender 2 » le prix est de 20 $ environ chez Archambault et autres librairies. Vous devez vous le procurer pour le premier cours.

Avancé : Ce cours est destiné aux personnes qui parlent déjà l'espagnol, les participants doivent maîtriser le présent ainsi que l'imparfait. De plus, nous allons réviser quelques concepts importants de la langue espagnole. À l'intérieur du cours, il y aura beaucoup de conversation et les participants devront préparer un exposé oral. Matériel requis : le livre et cahier d'exercices « Pensar y aprender » volume 1 et volume 2 au coût d'environ 22 $ chacun chez Archambault.

Excel sur Macintosh

Nouveau

Le samedi 26 septembre (1 cours de 3 heures)
18 ans +

excel	13h00 à 16h00	30 $

Au presbytère
Spécialiste : Daniel Boivin
Minimum 6 personnes, maximum 12 personnes.

Ce cours pour débutants s'adresse aux détenteurs d'ordinateur Macintosh, 18 ans et plus. Apportez votre Mac, votre clavier et souris pour le cours. Le cours passera en revue les techniques de base sur EXCEL 2011 version 14 en français ou plus récent. Sera couvert: colonnes et rangées, formats de cellules, entrée de données, mise en pages, mise en page et impression, sommes, soustraction, multiplication et division, ajout de formules.

Guitare acoustique-électrique (atelier) *

Débutant

Du 24 septembre au 26 novembre (10 semaines)
8 ans à adultes

guitare-1	8 à 14 ans	Jeudi 18h30 à 20h00	220 $
guitare-2	15 ans et +	Jeudi 20h00 à 21h30	220 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Eddy Coulombe
Minimum : 4 personnes, maximum 8 personnes.
* Ce cours n'est pas admissible à la passe familiale

Ce cours de guitare (rock et populaire) s'adresse principalement aux participants n'ayant jamais joué auparavant, par contre, pour tous ceux qui possèdent une expérience de 6 à 12 mois sont les bienvenus. Il est important d'avoir son instrument de musique (électrique, acoustique ou classique) pour suivre le cours. Contenu de cours: prise en main de l'instrument, accords de base, exercices de dextérité, tableau d'accords, tablature, répertoire varié. Pour information : Eddy Coulombe au 418 871-3986.

Guitare acoustique-électrique (atelier) *

Initié

Du 25 septembre au 27 novembre (10 semaines)
8 ans à adultes

guitare-3	Initié	Vendredi 18h30 à 20h00	220 $

À la salle multifonctionnelle de l'école Courval
Spécialiste : Eddy Coulombe
Minimum 4 personnes, maximum 8 personnes.
* Ce cours n'est pas admissible à la passe familiale

PRÉ-REQUIS : Les participants doivent avoir une connaissance de base. Il est important d'avoir son instrument de musique (électrique, acoustique ou classique) pour suivre le cours. Contenu de cours : prise en main de l'instrument, accords de base, exercices de dextérité, tableau d'accords, tablature, répertoire varié. Pour information: Eddy Coulombe au 418 871-3986.

Hip-Hop

Du 18 septembre au 27 novembre (8 semaines)
(Pas de cours le 25 septembre, 9 octobre, 13 novembre)
10 à 12 ans

hip-hop	Vendredi 11h20 à 12h50	65 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Studio Fahrenheit
Minimum 7 personnes, maximum 12 personnes.

La danse hip-hop est acrobatique et comprend beaucoup de figures au sol.

IPad (débutant)

15 octobre, 29 octobre, 12 novembre, 26 novembre (4 cours)
18 ans +

ipad	Jeudi 19h00 à 21h00	65 $

Au presbytère
Spécialiste : Daniel Boivin
Minimum 6 personnes, maximum 12 personnes.

Découvrez la vaste gamme de possibilités offertes par votre iPad; apprenez à le configurer selon vos goûts; gérez plus efficacement la sécurité; la longévité de la pile et autres réglages utiles. Ce cours de 8 heures s'adresse aux adultes qui possèdent un iPad récent (moins de 2 ans). Minimum : 6 personnes, maximum : 12 personnes.

Jazz funky

5e à 6e année - one step (avancé)

Du 21 septembre au 7 décembre (20 cours)
(Pas de cours le 12 octobre, 12 novembre, 16 novembre)

jazz-1	lundi et jeudi 11h20 à 12h50	150 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Doris Bélanger

Maternelle et 1ère année

Du 24 septembre au 10 décembre (11 cours)
(Pas de cours le 12 novembre)

jazz-2	Jeudi 15h15 à 16h45	80 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Doris Bélanger

3e et 4e année Jazzy

Du 23 septembre au 9 décembre (12 cours)

jazz-3	Mercredi 11h20 à 12h50	90 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Doris Bélanger

2e année Ministars

Du 23 septembre au 9 décembre (12 cours)

jazz-4	Mercredi 15h15 à 16h45	90 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Doris Bélanger

Le jazz funky est un style de danse dynamique, c'est la fusion entre la danse jazz et le hip hop chorégraphiés sur des musiques entraînantes et actuelles. Vêtements confortables et espadrilles obligatoires. Spectacle fin session : dimanche 13 décembre à la salle des Fêtes. Maximum : 16 personnes par groupe.

NOTES IMPORTANTES POUR LES PARENTS :

Il est de votre responsabilité de vous entendre avec le transporteur scolaire pour le transport de votre enfant à son cours de danse. Le Service des loisirs et les responsables des écoles des Bourdons et Couval n'entreprendront aucune démarche à ce sujet.

L'Imagin'R' (sessions automne et hiver) *

Du 14 septembre au 7 décembre (12 semaines)
Du 11 janvier au 10 avril (12 semaines)
(Pas de cours le 12 octobre et durant la relâche scolaire)
7 à 12 ans

imaginaire	Lundi 15h30 à 17h00	400 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Susy Fournier
Minimum 8 personnes, maximum 12 personnes.
* Ce cours n'est pas admissible à la passe familiale

Théâtre des enfants propose aux jeunes de 7 à 12 ans des ateliers, qui de façon ludique et spontanée, amènent les acteurs en devenir à apprivoiser la scène, à créer un personnage, reconnaître ses émotions et les transmettre, favoriser sa sociabilité et explorer son imaginaire par le jeu, par des exercices de voix et de diction, improvisation et jeu théâtral. Élaboration et répétions d'une pièce intégrant les acquis. Prendre note qu'il y aura une période d'audition du 8 au 10 septembre avec rendez-vous.

Mme Fournier va accueillir les élèves à la fin des classes à l'école Courval pour les amener à la salle des Fêtes. Spectacle dimanche 10 avril 2016.

Les paiements seront divisés en 2 versements, le premier payable lors de la période d'inscription à l'automne 2015, et le second à la période d'inscription à l'hiver 2016. Information : Suzy Fournier 418 873-3912.

Méditation

Nouveau

Du 21 septembre au 7 décembre (11 semaines)
(Pas de cours le 12 octobre)
16 ans +

méditation	Lundi 13h15 à 14h45	165 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Anita Boudreau
Minimum 8 personnes, maximum 15 personnes.

La méditation est comme un bel arbre, il met du temps à pousser, mais la résultante est une paix intérieure sans pareil. Le travail de la méditation est surtout la pratique par laquelle on observe le mental.

Pour nous aider à bâtir cette solide forteresse spirituelle nous nous aiderons par: la relaxation, la prise de conscience, la concentration, la méditation, l'exercice (asana), la respiration (aletrnée, kapala, ujjayi, fondamentale), le travail énergétique.

Minibasket (initiation)

Du 27 septembre au 6 décembre (11 semaines)
2e et 3e année

minibasket	Dimanche 9h30 à 10h30	50 $

Au gymnase de l'école Courval
Spécialiste : Thomas Côté
Minimum 8 personnes, maximum 20 personnes.

Axé sur le jeu et le plaisir, vous devrez relever des défis qui vous permettront d'acquérir la technique essentielle au succès des bons joueurs. Vous pourrez même tester vos nouvelles compétences lors de rencontres amicales.

Bienvenue aux filles et aux garçons de deuxième et troisième années du primaire. Si vous avez des questions concernant le cours, n'hésitez pas à me contacter via courriel au *tom_cott@hotmail.com*. Vous pouvez arriver à 9h15 pour être prêt à commencer à 9h30.

Obéissance canine et maternelle

Nouveau

Maternelle

Pour les chiots de 6 mois et moins
Du 4 octobre au 1er novembre - maternelle (5 semaines)

obéis-maternelle	Dimanche 14h30 à 15h30	115 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Marie-Ève Marion
Minimum 4 chiens/4 humains, maximum 6 chiens/6 humains.

Le but premier de la maternelle est de permettre aux chiots de socialiser avec d'autres chiots, humains et situations. On leur apprend également quelques commandements de base.

Niveau 1

Votre chien doit être âgé de 6 mois et plus
Du 27 septembre au 1er novembre - (6 semaines)

obéis-niveau 1	Dimanche 13h00 à 14h00	155 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Marie-Ève Marion
Minimum 3 chiens/3 humains, maximum 5 chiens/5 humains.

Apprentissage de la technique du *clicker*. Commandements de base et la marche en laisse. Exceptionnellement, le premier cours est l'introduction au *cliker* (2 heures) sans votre chien. Le coût inclut le *cliker*.

Photographie numérique (introduction)

Du 17 septembre au 8 octobre (4 cours)
13 ans +

photo	Jeudi 19h00 à 22h00	80 $

Au presbytère
Spécialiste : Yvan Bédard
Minimum 6 personnes, maximum 10 personnes.

Personnes possédant un appareil photo numérique ou un téléphone intelligent récent et désirant améliorer la qualité de ses photographies. Objectifs du cours : apprendre les techniques de base pour la prise de vue, mieux comprendre la composition photographique et les erreurs à éviter, améliorer ses photos après la prise de vue. Pré-requis : apporter son appareil photo numérique et son manuel d'instructions.

17 septembre : Photographier sous différentes lumières (naturelle/artificielle, extérieure/intérieure). 24 septembre : Photographier ce qui bouge (enfants, sports, animaux, véhicules, etc.). 1er octobre : Photographier en tenant compte du sujet et son environnement visuel (composition, contraintes, erreurs fréquentes, trucs). 8 octobre : Améliorer ses photos après les avoir prises (analyse de photographies, sélection des meilleures, traitements de base).

Soccer intérieur

Du 26 septembre au 28 novembre (10 semaines)
5 à 11 ans

soccer-1	5 à 7 ans	Samedi 9h45 à 10h45	60 $
soccer-2	8 à 11 ans	Samedi 10h45 à 12h15	80 $

Au gymnase de l'école Courval
Spécialiste : Evens Gagné
Minimum 8 personnes, maximum 16 personnes.

Les participants s'affronteront lors de parties simulées (5 contre 5) et apprendront les techniques de base sous forme de jeux.

Somayog

Du 21 septembre au 7 décembre (12 semaines)
16 ans +

somayog	Lundi 9h30 à 11h00	185 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Sylvie Lavoie
Minimum 7 personnes, maximum 14 personnes.

Venez découvrir le Somayog, une technique innovatrice qui fusionne l'art ancien du hatha yoga avec des techniques contemporaines de pointe comme la Somatique et la méthode McKensie.

Le Somayog éveille la conscience corporelle et développe la capacité de sentir et de contrôler certains muscles ou groupes de muscles. Il initie une découverte de soi qui commence dans le corps et conduit également à une ouverture physique, prânique, émotionnelle et spirituelle.

Sushi

25 septembre, 23 octobre, 20 novembre (1 cours de 2h30)
12 ans +

sushi-1	Vendredi 25 septembre 18h30 à 21h00	75 $
sushi-2	Vendredi 23 octobre 18h30 à 21h00	75 $
sushi-3	Vendredi 20 novembre 18h30 à 21h00	75 $

Au presbytère
Spécialiste : Mélanie Martineau-Roy
Minimum 6 personnes, maximum 8 personnes.

Dans ces ateliers, à l'aide de démonstration et de conseils, vous confectionnerez des assortiments de sushis simples à réaliser.

Sushi-1 : Fabrication de 1 hosomaki au concombre, 1 maki aux asperges et crevettes nordiques, 1 maki inversé california roll et de 3 nigiris au saumon. Sushi-2 : 3 gunkans au crabe des neiges et au tartare de pétoncle, Sushi Pizza, 1 Maki au tartare de saumon et wonton frit. Sushi-3 : Technique avancée - il est obligatoire d'avoir suivi sushi-1 ou sushi-2 : Temati aux crevettes, sushi arc-en-ciel, sushi Valentin.

Les personnes entre 12 et 15 ans doivent être accompagnées d'un parent. Le coût inclus : nourriture et tapis à sushi lorsque requis.

Tai chi chuan (débutant)

Du 24 septembre au 10 décembre (12 semaines)
16 ans +

tai-chi	Jeudi 13h15 à 14h30	150 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Anita Boudreau
Minimum 8 personnes, maximum 15 personnes.

Le Tai Chi encourage à respirer plus profondément apportant ainsi plus d'oxygène dans le sang et les tissus, ce qui favorise le relâchement des muscles, le calme de l'esprit et soulage le stress qui vous mène vers l'éveil intérieur dans l'harmonie. Chaque cours comprend: un réchauffement doux, les techniques des figures, l'agencement des figures, détente.

Tour du monde de Karibou

Du 24 octobre au 12 décembre (8 semaines)
1 à 4 ans +

karibou-1	1 à 2 ans	Samedi 9h00 à 9h50	80 $
karibou-2	2½ à 4 ans	Samedi 10h10 à 11h00	80 $

À la salle des Fêtes
Spécialistes : Sylvie Légaré et Frédérik Papillon
Maximum 10 personnes.

Faire bouger les enfants est un sujet fortement d'actualité. Le tour du monde de Karibou répond à un besoin de parents soucieux que leurs bambins développent très tôt le goût de l'activité physique. Avec Karibou, les enfants vont évoluer sur des parcours, apprendre par des ateliers et relever des défis qui leur permettront d'apprivoiser graduellement le monde du sport et de l'activité physique.

Chaque séance de 50 minutes est aussi composée d'une routine de début et de fin permettant aux tout-petits de s'activer ou de se calmer en groupe, le tout dans une ambiance stimulante, souvent accompagné de musique. La présence d'un parent est requise lors de chaque séance et à chaque niveau du programme.

Violon

Du 21 septembre au 7 décembre (11 semaines)
(Pas de cours le 12 octobre)
5 ans à adultes

violon-1	5 à 12 ans	Lundi 18h30 à 19h30	115 $
violon-2	13 ans +	Lundi19h30 à 20h30	115 $

À la salle multifonctionnelle de l'école Courval
Spécialiste : Sylvie Boisvert
Minimum 4 personnes, maximum 6 personnes.

Répertoire classique ou traditionnel, notions de théorie violonistique de base. Vous devez apporter votre propre instrument, sinon, il est possible de louer un violon chez Musique Richard Gendreau au 418-522-3877.

Work out

Du 21 septembre au 14 décembre (12 semaines)
(Pas de cours le 12 octobre)
12 ans +

workout	Lundi 19h30 à 20h30	85 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Doris Bélanger
Maximum 20 personnes.

Une formule combinée d'aérobie, de steps et de musculation, des routines exécutées sur une musique entraînante et diversifiée, contribueront à raffermir les muscles abdominaux, les fesses et les cuisses.

Yoga (invitation matin)

Du 23 septembre au 9 décembre (12 semaines)
16 ans +

yoga-matin	Mercredi 9h30 à 11h00	185 $

À la salle des Fêtes, sauf cours du 14 octobre, 11 novembre et 9 décembre se donneront à la salle des Loisirs de l'hôtel de ville.
Spécialiste : Sylvie Lavoie
Minimum 7 personnes, maximum 14 personnes.

Commencez votre journée par ce moment yoga pour débutant ou initié. Une pratique matinale adaptée incluant pranayama (respiration), asanas (postures) et relaxation dans le respect du rythme de chacun. Une bonne façon d'explorer les bienfaits du yoga.

Yoga hatha

Du 22 septembre au 8 décembre (12 semaines)
16 ans +

yoga-1	Mardi 18h15 à 19h45	185 $
yoga-2	Mardi 20h00 à 21h30	185 $

Au gymnase de l'école Courval
Spécialiste : Sylvie Lavoie
Minimum 7 personnes, maximum 14 personnes.

Yoga-1 : Cours d'introduction au yoga dans lequel nous aurons l'occasion de découvrir les fondements de base du yoga particulièrement au niveau postural (*âsana*) et respiratoire (*prânâyâma*). C'est une approche qui permet d'apprendre à mieux se connaître, à apprivoiser nos limites et aussi à découvrir le potentiel caché qui dort souvent en nous et nous permettre de le développer.

Yoga-2 : Dans la lignée du yoga hatha, prendre le temps de se reposer et de se détendre par quelques *âsanas* (postures), différents *prânâyâmas* (respirations), des relaxations dirigées, yoga nidra et méditation. Retrouver le bien-être et le calme en soi.

Zumba

Du 24 septembre au 3 décembre (10 semaines)
(Pas de cours le 12 novembre)
16 ans +

zumba	Jeudi 9h30 à 10h30	80 $

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Karine Bertrand
Minimum 8 personnes, maximum 20 personnes.

Venez bouger et vous déhancher sur des airs de musique latine…Salsa, Merengue, Reggae, Bachata seront au rendez-vous! L'objectif du cours : avoir du plaisir tout en améliorant sa forme physique. Sans gêne ni pudeur…venez vous amuser avec nous!

Zumba adulte/enfant

Du 21 septembre au 14 décembre (12 semaines)
(Pas de cours le 12 octobre)
7ans + et adultes

zumba-ae	Lundi 18h30 à 19h15	40 $/pers.

À la salle des Fêtes
Spécialiste : Doris Bélanger
Maximum 30 personnes.

Bouger au rythme de la musique latine. Enchaînements dynamiques spécialement chorégraphiés pour les enfants et adultes. Programme de danse fitness.

ACTIVITÉS AUTRES ORGANISMES

Les activités suivantes sont offertes par d'autres organismes qui ne relèvent pas du Service des loisirs. Par conséquent, la grille de réduction et la passe familiale ne s'appliquent pas.

Badminton organisé

Du 14 septembre au 23 décembre
18 ans +
Lundi et mercredi 19h00 à 22h00
Au gymnase de l'école Courval
Responsable : Méo Girard au 418 876-2737

Formule club en double. Maximum 12 personnes. Pour vous inscrire, communiquer avec le responsable. L'inscription se fera selon le principe "premier arrivé, premier servi".

Volleyball - ligue intérieur

Du 20 septembre au 13 décembre (13 semaines)
Ligue adulte amicale non arbitrée
Dimanche 18h00 à 20h00
Au gymnase de l'école Courval
Responsable : Sonia Lessard
Coût : À déterminer

L'inscription se fera selon le principe "premier arrivé, premier servi". Les équipes ainsi que le choix des capitaines varieront chaque semaine selon les personnes présentes. Si vous manifestez de l'intérêt à participer à cette ligue, ou si vous avez des questions, communiquer avec la responsable au soso_flosport@hotmail.com. Bienvenue à vous tous!

Karaté yoseikan

Karaté

Du 14 septembre au 7 décembre

5 ans à adultes	Lundi 18h30 à 19h30

Coût : 60$/enfant, 70$/adulte

Autodéfense pour femmes

Du 14 septembre au 7 décembre

Femmes adultes	Lundi 19h45 à 20h30

Coût : 70$

Au gymnase de l'école des Bourdons
Responsable : Guy Petit, Sensei, 5e Dan

Essai de 3 cours gratuits.

Le karaté permet d'augmenter la concentration, la force physique et mentale. De plus, c'est un excellent conditionnement physique. Vous apprendrez les katas (les formes), l'autodéfense et le combat. Vous pouvez aussi apprendre les katas armés (les formes avec une arme, bo, boken, katana et saï).

Activité à pratiquer en famille et déjà plusieurs familles le font; pourquoi pas la vôtre? Vous pouvez suivre jusqu'à trois cours et plus par semaine, pour le même prix. Pour information et inscription, communiquer avec le responsable Shihan Guy Petit au 418 873-5214, guypetit99@hotmail.com.

Adresses et téléphones des locaux

Salle Plamondon, hôtel de ville
230 rue du Père-Rhéaume
Neuville (Qc) G0A 2R0
Téléphone : 418 876-2280 poste 266

Salle des Loisirs, hôtel de ville
230 rue du Père-Rhéaume
Neuville (Qc) G0A 2R0
Téléphone : 418 876-2280 poste 231

Salle des Fêtes
745 rue Vauquelin
Neuville (Qc) G0A 2R0
Téléphone : 418 876-2404

Centre Maurice-Côté
772 route 138
Neuville (Qc) G0A 2R0
Téléphone : 418 876-3061

Gymnase école Courval
758 route 138
Neuville (Qc) G0A 2R0
Téléphone : 418 876-2917

Salle multifonctionnelle école Courval
758 route 138
Neuville (Qc) G0A 2R0

Gymnase école des Bourdons
619 rue des Érables
Neuville (Qc) G0A 2R0

Presbytère
714 rue des Érables
Neuville (Qc) G0A 2R0

Horaire gymnase de l'école Courval

Activités Libres

Du 18 septembre au 19 décembre
Vendredi et samedi de 18h30 à 20h00
Coût : Gratuit 17 ans et moins
1$ adulte (18 ans et plus)
Pour réservation, contacter le 418 876-2917 durant les heures des activités.

Badminton Libre

Du 18 septembre au 20 décembre
Vendredi, samedi et dimanche de 20h00 à 22h00
Coût : Gratuit 17 ans et moins
1$ adulte (18 ans et plus)
Pour réservation, contacter le 418 876-2917 durant les heures des activités.

Service des loisirs de Neuville
230 rue du Père-Rhéaume
Neuville (Qc)
G0A 2R0

Téléphone : 418 876-2280
André Roy, directeur, poste 222
Doris Bélanger, animatrice en loisirs, poste 225
Linda Claveau, secrétaire, poste 229

Heures d'ouverture :
8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00

Ville de Neuville